

**BURMISTRZ
MIASTA PRZEDBORZA**

ZARZĄDZENIE Nr 0050.23.2024

BURMISTRZA MIASTA PRZEDBORZA

z dnia 11 marca 2024 roku

**w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Gaju
na rok 2024**

Na podstawie §2 Statutu Środowiskowego Domu Samopomocy w Gaju oraz § 4 ust.2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 poz. 249.) postanawiam, co następuje:

§1. Zatwierdzam Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Gaju na rok 2024 uzgodniony z Wojewodą Łódzkim stanowiący Załącznik do niniejszego zarządzenia.

§2. Wykonanie Zarządzenia powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Gaju.

§3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

BURMISTRZ
mgr Wiesława Janosik

Środowiskowy Dom Samopomocy w Gaju

97 - 570 Przedbórz, Gaj 1

tel. 44 781 52 07; e-mail: sds_gaj@wp.pl

P L A N P R A C Y

na 2024 rok

dla Środowiskowego Domu Samopomocy w Gaju

Gaj, 2024

Podstawy funkcjonowania jednostki

Prowadzenie i rozwój infrastruktury Środowiskowego Domu Samopomocy w Gaju jest zadaniem zleconym Gminie Przedbórz z zakresu administracji rządowej, finansowanym z budżetu państwa.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Gaju realizując zadania przestrzega przepisów, a w szczególności:

- 1) ustawy z dnia 12 marca 2004 roku o pomocy społecznej (Dz. U. z 2020r. poz. 1876);
- 2) ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 roku o ochronie zdrowia psychicznego (Dz.U. z 2020r. poz.685);
- 3) ustawy z dnia 27 sierpnia 2009 roku o finansach publicznych (Dz. U. z 2019r. poz. 869 ze zm.);
- 4) ustawy z dnia 29 września 1994 roku o rachunkowości (Dz. U. z 2019r. poz.351 ze zm.);
- 5) rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020r.poz. 249 ze zm.);

Środowiskowy Dom Samopomocy w Gaju jest jednostką organizacyjną Gminy Przedbórz, przeznaczoną dla 30 osób z zaburzeniami psychicznymi, typu A, B, C.

Siedziba placówki, obszar działania i czas pracy

Siedziba Środowiskowego Domu Samopomocy w Gaju mieści się w miejscowości Gaj 1, w gminie Przedbórz, powiecie radomszczańskim, województwie łódzkim.

Burmistrz Miasta Przedborza decyzją SG.6844.1.2012 z dnia 02 stycznia 2012 roku oddał naszej jednostce w trwały zarząd część budynków oraz działki z przeznaczeniem na prowadzenie działalności statutowej. Natomiast decyzją SG.6844.1.2023 z dnia 27 kwietnia 2023 roku została oddana w trwały zarząd pozostała część budynku i działki.

ŚDS w Gaju swoim działaniem obejmuje mieszkańców miasta i gminy Przedbórz, natomiast mieszkańców innych gmin może przyjmować na podstawie porozumień zawartych między Gminą Przedbórz a gminą właściwą dla miejsca zamieszkania osoby ubiegającej się o przyjęcie do Domu. Obecnie są to gminy: Wielgomłyny, Fałków, Masłowice, Ręczno.

Celem działalności Domu jest wspieranie uczestników i ich rodzin oraz kompensowanie skutków niepełnosprawności w sferze zdrowia psychicznego, a także propagowanie modelu zdrowej rodziny poprzez:

- stwarzanie warunków do nabycia umiejętności wykonywania podstawowych czynności życia codziennego, doskonalenie już nabytych,
- naukę, podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia,
- wsparcie psychologiczne i terapeutyczne,
- kształtowanie właściwych postaw społecznych wobec osób z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzin, zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości a także przeciwdziałanie ich dyskryminacji,
- dążenie do pełnej integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi poprzez uczestnictwo w życiu politycznym, kulturalnym i społecznym w lokalnym środowisku,
- usprawnianie ruchowe.

Formy i metody pracy: praca indywidualna i grupowa; treningi, warsztaty, pogadanki, terapia zajęciowa, usprawnianie ruchowe, poradnictwo psychologiczne, imprezy i wyjazdy integracyjne.

Ważnym elementem pracy Domu jest integracja Uczestników z najbliższym otoczeniem, innymi Uczestnikami oraz społecznością lokalną.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Gaju czynny będzie 5 dni w tygodniu, od poniedziałku do piątku, w godzinach od 7:30 do 15:30.

W ramach bieżącej pracy terapeutycznej będzie realizował działania zapewniając:

- trening funkcjonowania w życiu codziennym, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi,
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,
- trening umiejętności komunikacyjnych,
- trening umiejętności spędzania czasu wolnego,
- poradnictwo psychologiczne,
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,
- pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych,
- niezbędną opiekę,
- terapię ruchową, w tym zajęcia sportowe, turystykę i rekreację,
- terapię zajęciową.

Wszelkie działania statutowe Ośrodka będą mieć formę pracy indywidualnej oraz grupowej.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Gaju nie spełnia wszystkich standardów wymienionych w §18 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy, ponieważ ogrodzenie terenu Ośrodka jest niekompletne. Wynika to z faktu, że gmina nie była wyłącznym właścicielem budynku i działki, na której znajduje się Ośrodek, a współwłaściciel nie wyrażał zgody na partycypowanie w kosztach remontów budynku i ogrodzenia. Obecnie budynek oraz działka należą w całości do Gminy Przedbórz.

Wykaz pomieszczeń przeznaczonych do realizacji zajęć terapeutycznych:

1. Pracownia kulinarna z niezbędnymi narzędziami i sprzętem gospodarstwa domowego,
2. Pracownia plastyczna,
3. Pomieszczenie wielofunkcyjne - miejsce spotkań z uczestnikami zajęć i ich rodzinami,
4. Pracownia ceramiczna,
5. Pracownia stolarska,
6. Pracownia komputerowa,
7. Gabinet psychologa – pokój do poradnictwa psychologicznego pełniący ponadto funkcję pokoju wyciszenia, w tym dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną,
8. Jadalnia – miejsce spożywania posiłków,
9. Hol – miejsce zabaw integracyjnych i tanecznych,
10. Korytarz – oddzielający pomieszczenia, umożliwiający wejście na klatkę schodową oraz wyjście na zewnątrz,

11. Pomieszczenia sanitarno – higieniczne / łazienki i toalety.

Wszystkie wyżej wymienione pomieszczenia wyposażone są w meble i sprzęty niezbędne do prowadzenia zajęć oraz do realizacji zadań wspierająco – aktywizujących.

Łazienki wyposażone są w system przywoławczy.

W budynku i na zewnątrz budynku zniesione są bariery architektoniczne (zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy).

Harmonogram ważnych wydarzeń organizowanych

przez Środowiskowy Dom Samopomocy w Gaju w 2024 roku

Styczeń

- „Nowy Rok” – nowe wyzwania, nowe postanowienia. Planujemy swoje zamierzenia noworoczne
- Wspólne kolędowanie.
- Dzień Babci i Dzień Dziadka – pamięć o naszych najbliższych.
- Bal karnawałowy z opiekunami Uczestników.
- Czynny udział w Przeglądzie Kolęd i Pastorałek organizowanym przez Środowiskowy Dom Samopomocy w Dąbrówce (impreza cykliczna),
- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

Luty

- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.
- Bal Karnawałowy – zabawa taneczna połączona z konkursami i zabawami.
- Światowy Dzień Chorego – zajęcia otwarte z psychologiem.
- „Tłusty Czwartek” – degustacja słodkich wypieków, np. pączków, faworków, ciasta.
- Seans filmowy w MDK w Przedborzu.

Marzec

- Dzień Kobiet – przygotowanie mini kawiarenki.
- Żegnaj zimo! Palenie Marzanny – symbol zimy, pieczenie kiełbasek przy ognisku.
- Warsztaty Działań Twórczych przygotowane dla zaproszoną młodzież z Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych w Przedborzu.
- Przygotowanie wiosenno-świętecznych dekoracji Ośrodka.
- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

Kwiecień

- Prima Aprilis z nutką uśmiechu – robienie żartów i kawałów.
- Światowy Dzień Ziemi - kształtowanie postaw proekologicznych.
- Światowy Dzień Zdrowia – zajęcia edukacyjne z pielęgniarką i fizjoterapeutą.

- Światowy Dzień Aktywności Fizycznej – zajęcia na powietrzu.
- Niedziela Palmowa – związane z nią zwyczaje i obrzędy. Konkurs na najładniejszą palmę.
- Spotkanie integracyjne z Kołem Gospodyń Wiejskich Brzostek.
- Symboliczne śniadanie wielkanocne z zaproszonymi gośćmi.
- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

Maj

- Święto Flagi – przypomnienie historii państwa polskiego oraz symboli i barw narodowych; tworzenie flagi.
- Porządki wiosenne i prace wokół naszego Domu.
- Otwarcie sezonu grillowego – posiłek na powietrzu oraz gry i zabawy ruchowe.
- Spotkanie integracyjne z zaprzyjaźnionym Klubem Senior +.
- Wyjazd na Majową Górę w Przedborzu.
- Wycieczka do Wrocławia.
- Dzień Matki – tworzenie pięknych laurek oraz upominków dla naszych mam.
- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

Czerwiec

- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.
- Sezonowe owoce i warzywa – wspólne przygotowanie potraw.
- Grill na przedborskim zalewem.
- Zabawa integracyjna z zaproszonymi gośćmi ze Środowiskowego Domu Samopomocy w Dąbrówce.
- Spotkanie z funkcjonariuszem policji – prelekcja na temat bezpiecznych wakacji.

Lipiec

- Dzień Parku – spacer po pięknym, malowniczym parku – odpoczynek na ławeczce z widokiem na rzekę Pilicę.
- Tydzień Bibliotek – zajęcia w Bibliotece Miejskiej w Przedborzu.
- Wycieczka do Muzeum Ludowego w Przedborzu.
- Odpust ku czci św. Aleksego patrona Parafii Przedbórz – udział we mszy świętej.
- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

Sierpień

- Narodowy Dzień Pamięci Powstania Warszawskiego – udział w uroczystości w Przedborzu.
- Spotkanie nad Zalewem – obiad na świeżym powietrzu, gra w minigolfa.
- Wycieczka do Dojo w Starej Wsi.
- Wycieczka do Nadleśnictwa Przedbórz. Spacer po Bukowej Górze.

- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

Wrzesień

- Święto Pieczonego Ziemniaka – ognisko na zakończenie lata.
- Wycieczka krajoznawcza z przewodnikiem z Przedborskiego Parku Krajobrazowego.
- Międzynarodowy Dzień Języków Migowych – nauka podstaw migania.
- Zabawa integracyjna z Klubem Seniora w Przedborzu.
- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

Październik

- Turniej Gier Planszowych.
- Jesienne porządki na terenie Ośrodka.
- Grzybobranie – wyprawa do lasu i wspólne gotowanie zalewajki z grzybami.
- Zabawa integracyjna z Kołem Kobiet Kreatywnych z Gór Mokrych.
- Przygotowania do udziału w Jarmarku Bożonarodzeniowym w Przedborzu.
- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

Listopad

- Wyjazd na cmentarz w Przedborzu oraz w Górach Mokrych – wspomnienie naszych zmarłych.
- Obchody Święta Niepodległości – wspólne śpiewanie hymnu w Parku im. T. Kościuszki w Przedborzu.
- Wspomnienie Świętego Andrzeja. Zabawa taneczna, gry i konkursy oraz wróżby.
- Przygotowania do udziału w Jarmarku Bożonarodzeniowym w Przedborzu.
- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

Grudzień

- Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych – zabawa integracyjna z zaprzyjaźnionym Ośrodkiem.
- Mikołajkowe niespodzianki – samodzielne przygotowanie prezentów dla byłych uczestników przebywających w DPS -ie.
- Wizyta św. Mikołaja.
- Seans filmowy w MDK w Przedborzu.
- Czynny udział w III Jarmarku Bożonarodzeniowym w Przedborzu.
- Ubieranie choinki przy dźwiękach kolęd i pastorałek.
- Udział w przedstawieniu bożonarodzeniowym w Miejskim Domu Kultury w Przedborzu.
- Urodziny, imieniny uczestników – symboliczne uczczenie jubilata, solenizanta.

**Wykaz kadry prowadzącej zajęcia wspierająco – aktywizujące
w Środowiskowym Domu Samopomocy w Gaju na rok 2024**

Imię i nazwisko	Stanowisko	Kwalifikacje	Doświadczenie zawodowe w zakresie realizacji usług dla osób z zaburzeniami psychicznymi
Ewa Będkowska	opiekun	Wykształcenie średnie; Policealna Szkoła Zawodowa: opiekun w DPS, terapeuta zajęciowy	15 lat
Karolina Zemsta	fizjoterapeuta	Wykształcenie średnie: technik fizjoterapii	3 lata
Monika Śliż	kierownik	Wykształcenie wyższe: pedagogika terapeutyczna z rehabilitacją; studia podyplomowe: oligofrenopedagogika	15 lat
Elżbieta Purgal	terapeuta	Wykształcenie wyższe: licencjat – psychopedagogika; magisterskie - pedagogika opiekuńczo- wychowawcza; studia podyplomowe w zakresie terapii zajęciowej	9 lat
Irena Ścisłowska	psycholog	Wykształcenie wyższe w zakresie psychologii; biegły sądowy w zakresie psychologii w przedmiocie uzależnienia od alkoholu; uprawnienia do przeprowadzania postępowań mediacyjnych w sprawach nieletnich	30 lat

		oraz w sprawach karnych	
Agnieszka Gawin	terapeuta	Wykształcenie wyższe: interwencja kryzysowa; licencjat: pedagogika resocjalizacyjna i sądowa	4 lata
Beata Wojnarowska - Siedlecka	terapeuta zajęciowy	Wykształcenie wyższe na kierunku: filologia polska; studia podyplomowe w zakresie logopedii – logopeda oświatowy; studium na kierunku: terapia zajęciowa	10 lat

Wszystkie osoby odpowiadające za realizację programu wspierająco – aktywizującego posiadają (zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy) przeszkolenie i doświadczenie w zakresie:

- umiejętności kształtowania motywacji do akceptowanych przez otoczenie zachowań,
- kształtowania nawyków celowej aktywności,
- prowadzenia treningu umiejętności społecznych.

Inni pracownicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Gaju

Aneta Piskorz	robotnik	Wykształcenie średnie niepełne	15 lat
Małgorzata Bała	główny księgowy	Wykształcenie wyższe, kierunek: Marketing i Zarządzanie; specjalność: rachunkowość	1 rok
Tadeusz Błoński	kierowca	Wykształcenie średnie; technik mechanik	4 lata

Rozkład cyklicznych zajęć w układzie tygodniowym

Działania	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Prowadzący
Rozwijanie umiejętności funkcjonowania w codziennym życiu: trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauki higieny, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	x	x	x	x	x	Terapeuta, opiekun
Kształtowanie funkcjonowania społecznego: trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, trening kształtowania pozytywnych relacji	x	x	x	x	x	Terapeuta, psycholog
Trening umiejętności spędzania czasu wolnego	x	x	x	x	x	Terapeuta, fizjoterapeuta, opiekun
Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	w ramach potrzeb					Terapeuta
Kształtowanie zachowań prozdrowotnych: terapia ruchowa, pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	x	x	x	x	x	Terapeuta, fizjoterapeuta, psycholog
Poradnictwo psychologiczne		x	x	x		Psycholog
Inne formy wsparcia przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej	x	x	x	x	x	Terapeuta, opiekun

**Plan szkoleń pracowników Środowiskowego Domu Samopomocy w Gaju
na 2024 rok**

L.p.	Temat szkolenia	Szkolenie: zewnętrzne, wewnętrzne; osoba prowadząca	Liczba osób	Termin szkolenia
1.	Sprawy organizacyjne dotyczące bieżącego funkcjonowania jednostki	wewnętrzne: Monika Śliż	10	marzec
2.	Strategie pracy terapeutyczno-psychologicznej pracowników Środowiskowego Domu Samopomocy	zewnętrzne	7	15 kwietnia 14 paździer.
3.	Motywowanie uczestników procesu terapeutycznego do aktywnego udziału w procesie terapeutycznym – nowoczesne techniki, metody i formy terapii.	wewnętrzne: Irena Ścisłowska	7	sierpień
4.	Sprawy organizacyjne dotyczące bieżącego funkcjonowania jednostki	wewnętrzne: Monika Śliż	10	wrzesień

**ROCZNY PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W GAJU
NA ROK 2024**

I. Rozwijanie umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym.

1. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauki higieny osobistej:

1.1. Formy wsparcia:

Dbanie o wygląd zewnętrzny, mycie całego ciała, mycie rąk, dbanie o stopy, dbanie o paznokcie, dbanie o włosy, dbanie o higienę jamy ustnej, dbanie o bieliznę osobistą, pranie bielizny osobistej, dbanie o czystość i estetykę odzieży wierzchniej.

1.2. Planowane działania:

Nabywanie i utrwalenie umiejętności z zakresu samoobsługi w tym: dbałości o higienę osobistą, o wygląd zewnętrzny, czystość otoczenia, korzystanie z przyborów toaletowych. Przestrzeganie zasady nie korzystania z przedmiotów osobistego użytku należących do innych osób. Umiejętność dostosowania odzieży do pogody oraz okoliczności. Ukształtowanie i udoskonalenie zasad utrzymania higieny, wyrobienie nawyków dbałości o czystość.

1.3. Metody pracy:

Warsztaty umiejętności praktycznych. Instruktaż wykonywanych czynności, pokaz czynności, wykonywanie jej pod kierunkiem terapeuty, samodzielne wykonanie, powtarzanie w celu podtrzymania nabytych umiejętności.

1.4. Spodziewane efekty/cele :

Uczestnik nabył nowe kompetencje, rozwinął posiadane umiejętności i sprawności w zakresie higieny osobistej, poznał podstawowe środki higieniczne służące do utrzymania higieny osobistej i potrafi je wykorzystać w praktyce. Potrafi sam odbyć wizytę u fryzjera lub kosmetyczki.

Uczestnik uświadomił sobie konsekwencje zaniedbań w sferze higieny osobistej (choroby z tym związane), wzmocnił poczucie własnej wartości i samooceny, wierzy we własne możliwości.

1.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

1.6. Termin realizacji:

Raz w tygodniu lub w razie potrzeb.

1.7. Prowadzący: terapeuta, opiekun.

1.8. Adresaci:

30 uczestników typu A, B, C.

2. Trening kulinarny:

2.1. Formy wsparcia:

Przygotowanie prostego posiłku, jak i również bardziej skomplikowanego. Znajomość przepisów kulinarnych. Parzenie herbaty, kawy, przygotowanie surówki, przygotowanie kanapki, przygotowanie naleśników, przygotowanie zupy, obieranie jarzyn, ziemniaków, przechowywanie produktów, nabycie umiejętności zachowania przy stole oraz dekoracji stołu, mycie naczyń, dokonywanie potrzebnych zakupów, czynności porządkowe, obsługa sprzętu AGD: czajnik elektryczny, kuchenka gazowa, piekarnik, robot kuchenny, opiekacz, mikrofalówka, maszynka do mięsa, szatkownica do warzyw, krajalnica, toster, ekspres do kawy.

2.2. Planowane działania:

- a) Opanowanie umiejętności przygotowania prostego posiłku lub bardziej złożonego.
- b) Nabycie umiejętności posługiwania się sztuccami, przygotowywania posiłków, czytania ze zrozumieniem przepisów kulinarnych, układania jadłospisu, wybierania właściwego produktu do określonego posiłku.
- c) Wzrost wiedzy na temat prawidłowego przechowywania żywności, zasad racjonalnego, zdrowego odżywiania się.
- d) Nabycie/wzrost wiedzy i umiejętności w zakresie estetycznego nakrywania do stołu, dekoracji potraw oraz zasad zachowania się przy stole podczas spożywania posiłków.
- e) Nabycie umiejętności przestrzegania zasad bezpieczeństwa i higieny pracy przy korzystaniu z urządzeń technicznych.

2.3. Metody pracy:

Warsztaty umiejętności praktycznych. Instruktaż wykonywanych czynności, pokaz czynności, wykonywanie pod kierunkiem terapeuty, samodzielne wykonanie, powtarzanie w celu podtrzymania nabytych umiejętności.

2.4. Spodziewane efekty - cele:

- a) Zdobyć przez uczestnika samodzielności w dziedzinie zaspokojenia podstawowej potrzeby jaką jest żywienie.
- b) Uczestnik potrafi samodzielnie bądź w asyście opiekuna pracowni kulinarnej przygotować proste posiłki: śniadanie, kolacja, zupa, ziemniaki, ryż, kasza itp., piec ciasta, obierać i kroić, szatkować warzywa.
- c) Uczestnik potrafi układać prosty jadłospis i wybierać właściwe produkty do danego posiłku.
- d) Uczestnik potrafi: parzyć herbatę, kawę zioła, umie dobierać i obsługiwać sprzęt AGD, wybierać właściwe sztucce i posługiwać się nimi, zmywać i wycierać naczynia.

2.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

2.6. Termin realizacji:

Codziennie przez cały rok wielokrotne powtarzanie czynności.

2.7. Prowadzący: opiekun przy współpracy zespołu wspierająco – aktywizującego.

2.8. Adresaci:

30 uczestników typu A, B, C.

3. *Trening umiejętności praktycznych:*

3.1. Formy wsparcia:

Nauka praktycznych czynności życia codziennego, tj. przyszywanie guzika, szycie ręczne, cerowanie odzieży, konserwacja i czyszczenie obuwia i innych materiałów, pranie ręczne w pralce automatycznej, prasowanie, składanie odzieży. Poradzenie sobie w sytuacji awaryjnej.

3.2. Planowane działania:

Nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD (pralka automatyczna, żelazko itp.) oraz prania, prasowania i składania ubrań, dbanie o porządek w pomieszczeniach: ścieranie kurzy, zamiatanie, odkurzanie, mycie podłogi).

3.3. Metody pracy:

Warsztaty umiejętności praktycznych. Instruktaż wykonywanych czynności, pokaz czynności, wykonywanie pod kierunkiem terapeuty, samodzielne wykonanie, powtarzanie w celu podtrzymania nabytych umiejętności.

3.4. Spodziewane efekty - cele:

Uczestnik potrafi wykonać proste czynności: przyszyć guzik, cerować odzież, czyścić i konserwować obuwie, wykonać pranie ręczne, obsłużyć pralkę automatyczną, uprasować ubranie, składać odzież. Uczestnik potrafi skorzystać z pomocy usługodawców.

3.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

3.6. Termin realizacji:

Raz w tygodniu lub w razie potrzeb

3.7. Prowadzący: terapeuta przy współpracy zespołu wspierająco – aktywizującego.

3.8. Adresaci:

30 uczestników typu A, B, C

4. Trening budżetowy:

4.1. Formy wsparcia:

Gospodarowanie własnymi środkami finansowymi, doskonalenie umiejętności (orientacja w cenach, robienie zakupów, planowanie zakupów na weekend i święta, planowanie opłat stałych, trudności w robieniu zakupów). Wyrabianie nawyku oszczędzania.

4.2. Planowane działania:

Umiejętności w zakresie poznania wartości pieniądza, gospodarowanie własnymi środkami finansowymi z uwzględnieniem stałych opłat oraz planowaniem i robieniem zakupów, uświadomienie konsekwencji zaciągania kredytów. Nauka oszczędzania.

4.3. Metody pracy:

Warsztaty umiejętności praktycznych. Instruktaż wykonywanych czynności, pokaz czynności, wykonywanie pod kierunkiem terapeuty, samodzielne wykonanie, powtarzanie w celu podtrzymania nabytych umiejętności.

4.4. Spodziewane efekty - cele:

- a) Uczestnik potrafi samodzielnie rozpoznawać nominały pieniężne, potrafi prawidłowo gospodarować własnym budżetem z uwzględnieniem opłat stałych, potrafi przypisać rodzaj artykułów do odpowiednich sklepów, potrafi odnaleźć konkretny produkt w sklepie samoobsługowym, potrafi samodzielnie planować i dokończyć zakupu produktów potrzebnych do przygotowania posiłku.
- b) Uczestnik wie ile wynosi jego dochód i jakie jest jego źródło.
- c) Uczestnik wie, ile pieniędzy może wydać dziennie i tygodniowo.
- d) Uczestnik potrafi zaplanować budżet na dzień, tydzień, miesiąc, rok.

4.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

4.6. Termin realizacji:

Raz w tygodniu

4.7. Prowadzący: terapeuta

4.8. Adresaci:

30 uczestników typu A, B, C

II. Kształtowanie funkcjonowania społecznego.

I. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:

1.1. Formy wsparcia:

- a) Stymulacja i usprawnianie procesów poznawczych (pamięci, koncentracji, uwagi, spostrzeżenia, myślenia przyczynowo - skutkowego.
- b) Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie robienia zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury.
- c) Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w realizacji recepty, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.
- d) Doskonalenie umiejętności współpracy i współdziałania w grupie.
- e) Podnoszenie samoakceptacji i samooceny.
- f) Kształtowanie empatii.
- g) Zdobywanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych.

1.2. Planowane działania:

- a) Nabycie i doskonalenie umiejętności w zakresie nawiązywania kontaktów, podtrzymywania rozmowy, aktywnego słuchania, asertywności, współpracy i zasad partnerstwa właściwej komunikacji interpersonalnej.
- b) Stosowne zachowanie w różnego rodzaju instytucjach, placówkach publicznych i kulturalnych.
- c) Stosowanie form grzecznościowych adekwatnie do sytuacji.
- d) Korzystanie z publicznych środków transportu.
- e) Załatwianie podstawowych spraw w instytucjach (urzędy, poczta, poradnia zdrowia, wypełnianie dokumentów, prowadzenie rozmowy z urzędnikami).
- f) Umiejętność oceny cudzych i własnych zachowań.
- g) Odnajdywanie naturalnych predyspozycji do kształtowania umiejętności społecznych.
- h) Podejmowanie zatrudnienia.
- i) Kulturowanie tradycji świątecznych.

1.3. Metody pracy:

Zabawy integracyjne, dyskusje, pogadanki, zajęcia warsztatowe, ćwiczenia praktyczne, gry i zabawy interakcyjne, projekcje filmowe, wyjazdy integracyjne.

1.4. Spodziewane efekty - cele:

- a) Uczestnik rozpoznaje i nazywa emocje i uczucia, radzi sobie w nowych i trudnych sytuacjach, podejmuje próby kontrolowania swojego zachowania, prawidłowo zachowuje się w różnego rodzaju instytucjach, placówkach publicznych i kulturalnych, stosuje formy grzecznościowe adekwatne

do sytuacji, szanuje godność osobistą innych, potrafi współpracować w grupie i integrować się ze środowiskiem.

b) Uczestnik potrafi pilnować wizyt u lekarza, realizuje recepty.

1.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

1.6. Termin realizacji:

Raz w tygodniu lub w razie potrzeb

1.7. Prowadzący: terapeuta przy współpracy zespołu wspierająco – aktywizującego.

1.8. Adresaci:

30 uczestników typu A, B, C

III. Kształtowanie umiejętności spędzania czasu wolnego.

1. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:

1.1. Formy wsparcia:

- a) Stwarzanie możliwości rozwijania własnych zainteresowań i pasji oraz zaspokajanie potrzeb uczestników poprzez lekturę książek, czytanie prasy, słuchanie audycji radiowych i oglądanie telewizji.
- b) Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, inscenizacjach słowno – muzycznych.
- c) Integracja ze środowiskiem poprzez wyjścia do biblioteki, do kina, do muzeum, wystawy, festyny.
- d) Aktywne formy spędzania wolnego czasu – ruch na świeżym powietrzu (gra w badminton, siatkówkę, koszykówkę, piłkę ręczną, nożną, zbijaka, spacer i wycieczki).
- e) Propagowanie wypoczynku czynnego intelektualnie – gry planszowe, gry towarzyskie, kalambury, krzyżówki, zagadki, quizy.
- f) Udział w zajęciach komputerowych.

1.2. Planowane działania:

- a) Wzbogacenie osobowości uczestników, wzbudzenie w nich poczucia i doznawania przyjemności oraz odprężenia psychicznego.
- b) Usprawnienie ogólne i podniesienie sprawności językowej, a co za tym idzie – lepszej komunikacji werbalnej.
- c) Wspieranie nabytych umiejętności czytania i słuchania ze zrozumieniem.
- d) Odnajdywanie i wykorzystywanie naturalnych zdolności, predyspozycji dla kształtowania więzi społecznych.
- e) Kształtowanie postaw empatycznych.
- f) Stosowanie form grzecznościowych.
- g) Uczestnicy potrafią wyrażać uczucia, emocje, identyfikować się z odgrywaną rolą.
- h) Rozwijają wyobraźnię, potrafią również opanować treść przed publicznym wystąpieniem.

- i) Kształtują zdolność efektywnej komunikacji.
- j) Uczestnicy znają podstawy obsługi komputera, potrafią wyszukać potrzebne informacje z Internetu.

1.3. Metody pracy:

Zajęcia warsztatowe, prezentacje multimedialne, audycje radiowo – telewizyjne, Internet, spotkania towarzysko – kulturalne (kino, muzeum), imprezy okolicznościowe: urodziny uczestników, festyny, konkursy, zawody, spotkania integracyjne, gry towarzyskie i stolikowe, wycieczki.

1.4. Spodziewane efekty - cele:

Uczestnik zna korzyści związane z posiadaniem czasu wolnego, potrafi dokonać sposobów spędzania czasu wolnego, potrafi wybrać najkorzystniejsze dla niego formy spędzania czasu wolnego, zaplanować je i zrealizować.

1.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

1.6. Termin realizacji:

Codziennie w terapii zajęciowej oraz zgodnie z kalendarzem imprez.

1.7. Prowadzący:

Zespół wspierająco – aktywizujący.

1.8. Adresaci:

30 uczestników typu A, B, C.

IV. Kształtowanie zachowań prozdrowotnych.

1. Trening umiejętności udziału we własnym leczeniu farmakologicznym:

1.1. Formy wsparcia:

- a) WYROBIENIE UMIEJĘTNOŚCI u uczestników samodzielnego przyjmowania leków i umiejętności oceniania skutków ich działania.
- b) Konsultacje z psychologiem.
- c) Współpraca z podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy oraz realizującymi działania na rzecz uczestników (M-GOPS, RCPS, PCPR), a także rodziną uczestnika.
- d) Propagowanie wśród uczestników zdrowego stylu życia.

1.2. Planowane działania:

- a) Podniesienie poziomu sprawności uczestników chorych psychicznie w posługiwaniu się lekami psychotropowymi.
- b) Pogłębienie i uaktualnienie wiedzy o zasadach racjonalnego życia oraz uświadomienie związku między sposobem żywienia, a zdrowiem.
- c) WYROBIENIE NAWYKÓW higienicznych, rozpoznawania podstawowych dolegliwości zdrowotnych oraz ich nazywanie i sygnalizowanie.
- d) Systematyczne używanie leków.
- e) Nabycie umiejętności funkcjonowania w środowisku ze świadomością choroby.

- f) Uświadomienie korzyści dla zdrowia wynikających ze zwiększenia aktywności, sprawności i wydolności.
- g) Powrót do samodzielnego życia.

1.3. Metody pracy:

Kontakt telefoniczny, kontakt osobisty, dowóz uczestników do instytucji służby zdrowia, pomoc opiekunom prawnym lub faktycznym.

1.4. Spodziewane efekty - cele:

Uczestnik potrafi samodzielnie przyjmować środki farmakologiczne.

1.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

1.6. Termin realizacji:

Według potrzeb.

1.7. Prowadzący:

Psycholog, terapeuta przy współudziale zespołu wspierająco – aktywizującego.

1.8. Adresaci:

30 uczestników typu A, B, C.

2. Terapia ruchowa:

2.1. Formy wsparcia:

Poprawa bądź utrzymanie sprawności psychofizycznej uczestnika poprzez:

- a) Zajęcia sportowe na świeżym powietrzu.
- b) Zajęcia na przyrządach w pracowni terapii ruchem.
- c) Turystyka, rekreacja: organizowanie wycieczek, wyjazdów.).
- d) Motywowanie do udziału w lokalnych uroczystościach.
- e) Zachęcanie do udziału w imprezach organizowanych przez inne ośrodki.

2.2. Planowane działania:

- a) Poprawa ogólnej sprawności fizycznej.
- b) Kształtowanie prawidłowej sylwetki ciała, przywracanie do stanu pierwotnego zaburzonych funkcji.
- c) Rozładowanie napięć psychicznych.
- d) Usprawnianie motoryki, rzutności, szybkości, wytrzymałości oraz poprawa sprawności manualnej.
- e) Uczestnicy nawiązują nowe znajomości, integrują się, wymieniają doświadczenia, poglądy, ugruntowują wcześniej zawiązane przyjaźnie.
- f) Przeciwdziałanie dyskryminacji, marginalizacji.

2.3. Metody pracy:

Metoda zabawowa, zadaniowa, pogładowa, słowna, pokaz, naśladownictwo, ćwiczenia.

2.4. Spodziewane efekty - cele:

Uczestnik poznał swoje deficyty i możliwości ruchowe, potrafi samodzielnie wykonać proste ćwiczenia, poprawił swoją kondycję fizyczną, wzmocnił wiarę we własne możliwości.

2.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

2.6. Termin realizacji:

Codziennie oraz w wymiarze dostosowanym do indywidualnego uczestnika, a także według kalendarza imprez.

2.7. Prowadzący: fizjoterapeuta przy współpracy zespołu wspierająco – aktywizującego.

2.8. Adresaci:

30 uczestników typu A, B, C.

V. Inne formy wsparcia przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej.

1. Trening techniczny:

1.1. Formy wsparcia:

Udział w warsztatach stolarskich, nauka obsługi narzędzi znajdujących się w pracowni z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, w miarę potrzeb drobne prace naprawcze, czyszczenie listew i kawalków drewna, wycinanie w deskach różnorodnych konturów, wykonywanie ramek, świątecznych ozdób, dekoracji scenicznych, nauka i utrwalenie drobnych prac naprawczych.

1.2. Planowane działania:

- a) Rozpoznawanie rodzajów drzewa i ich zastosowania.
- b) Poznanie prostych narzędzi stolarskich z zachowaniem zasad bezpieczeństwa i umiejętności posługiwania się nimi.
- c) Renowacja przedmiotów z drewna, poznanie sposobów zabezpieczenia drewna przed czynnikami zewnętrznymi.
- d) Zdobywanie wiedzy na temat ekonomicznego i ekologicznego gospodarowania materiałami.
- e) Zaspokojenie potrzeby prostych prac, kształtowanie umiejętności radzenia sobie z codziennością.

1.3. Metody pracy:

Metoda słowna, oglądowa, ćwiczeń usprawniających.

1.4. Spodziewane efekty - cele

Uczestnik potrafi obsługiwać elektronarzędzia z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, potrafi samodzielnie dokonać drobnej naprawy, zaspokaja potrzebę samorealizacji poprzez wykonanie prostych prac stolarskich.

1.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

1.6. Termin realizacji:

1 raz w tygodniu.

1.7. Prowadzący: fizjoterapeuta przy współpracy zespołu wspierająco – aktywizującego.

1.8. Adresaci:

8 uczestników typu B.

2. Ceramika:

2.1. Formy wsparcia:

Zapoznanie z procesem wytwarzania wyrobów z gliny. Przygotowanie, uzdatnianie gliny, lepienie z gliny prostych form, np. miseczki, doniczki, aniołki, łączenie elementów, suszenie, wypalanie w piecu ceramicznym itp.) oraz praca na kole garncarskim.

2.2. Planowane działania:

- a) Poprawa sprawności manualnej.
- b) Rozwój zainteresowań.
- c) Rozwój wyobraźni, kreatywności.
- d) Wyciszenie negatywnych emocji, samorealizacja.
- e) Uczestnicy opanują technikę lepienia, wypalania oraz szkliwienia wypalonych z gliny.
- f) Wzrost wiedzy na temat procesu technologicznego wytwarzania prac ceramicznych.
- g) Nabycie umiejętności pracy przy kole garncarskim (podstawy).

2.3. Metody pracy:

Metoda słowna, instruktaż, oglądowa, odtwórcza, ćwiczenia utrwalające.

2.4. Spodziewane efekty - cele:

Uczestnik potrafi przygotować glinę do pracy, wykonać z niej proste naczynia: miska, wazonik, kubek, doniczka, wypalić je w piecu, pokryć szkliwem, pomalować.

2.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

2.6. Termin realizacji:

1 raz w miesiącu w terapii zajęciowej.

2.7. Prowadzący: terapeuta przy pomocy współpracy zespołu wspierająco – aktywizującego.

2.8. Adresaci:

10 uczestników typu A, B, C.

3. Rysunek i malarstwo:

3.1. Formy wsparcia:

- a) Rysowanie kredkami, ołówkiem, szkicowanie, węglem.
- b) Malowanie farbami plakatowymi, akrylami, pastelami, farbami do szkła, tuszem, pastą do zębów.

3.2. Planowane działania:

- a) Wyrażanie ekspresji emocji.
- b) Poprawa samopoczucia, pogłębienie znajomości własnej osoby.
- c) Rozwijanie umiejętności manualnych i twórczych.
- d) Możliwość wyrażania tych przeżyć, które są trudne do przekazania w słowach oraz odreagowania napięć, emocji.
- e) Rozwijanie twórczego myślenia, zainteresowania sztuką i jej technikami.

3.3. Metody pracy:

Metoda słowna, instruktaż, oglądowa, odtwórcza, ćwiczenia utrwalające.

3.4. Spodziewane efekty - cele:

Uczestnik potrafi odreagować negatywne, tłumione emocje poprzez wyrażanie ich za pośrednictwem środków malarskich, wyciszyć się, zrelaksować, udoskonalić swój warsztat pracy terapeutycznej, wzmocnić poczucie własnej wartości, poszerzyć swoje umiejętności poprzez zapoznanie się z różnymi technikami malarskimi, rysunku.

3.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

3.6. Termin realizacji:

Według potrzeb

3.7. Prowadzący: terapeuta, instruktor terapii zajęciowej przy pomocy zespołu wspierającego – aktywizującego.

3.8. Adresaci:

14 uczestników typu A, B, C

4. Sztuki użytkowe:

4.1. Formy wsparcia:

Rozwój zainteresowań, odkrywanie talentów. Poszerzanie zakresu umiejętności poprzez wykonywanie kartek okolicznościowych, wykańczanie prac z gliny, koszyków z wikliny papierowej, praca techniką decoupage, negatywu, collage – wycinanie, wyklejanie, wydzieranie z papieru i tworzenie pracy łączonej różnymi technikami, quilling. Kształtowanie poczucia własnej wartości.

4.2. Planowane działania:

- a) Wzmacnianie i wykorzystanie kreatywności.
- b) Zaspokojenie potrzeby samorealizacji, poprawa samopoczucia.
- c) Usprawnianie koordynacji wzrokowo – ruchowej.
- d) Nauka wykorzystywania różnych narzędzi i przyborów (nożyczki, falownice do papieru, pistolet do kleju na gorąco, dziurkacze ozdobne).

4.3. Metody pracy:

Zajęcia warsztatowe. Metoda słowna, instruktaż, oglądowa, odtwórcza, ćwiczenia utrwalające.

4.4. Spodziewane efekty - cele:

Uczestnik potrafi samodzielnie wykonać kartkę okolicznościową (święteczną, urodzinową).

Uczestnik odnalazł swoje zainteresowania, rozwinął talent. Wzrosła samoakceptacja i samoocena.

4.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

4.6. Termin realizacji:

Według potrzeb

4.7. Prowadzący:

Terapeuta przy pomocy zespołu wspierająco – aktywizującego.

4.8. Adresaci:

13 uczestników typu A, B, C

5. Zdobnictwo i dekoratorstwo:

5.1. Formy wsparcia:

Poszerzenie zakresu umiejętności poprzez wykonywanie stroików okazjonalnych, świętecznych ozdób, ikebana – układanie kompozycji z suszonych i żywych kwiatów, owoców, darów natury, np.: szyszek, kory drzew, mchu w wazonach, koszykach, ramkach obrazów.

5.2. Planowane działania:

- a) Pobudzenie wyobraźni i kreatywności.
- b) Wzmocnienie poczucia własnej wartości oraz podnoszenie wiary we własne siły i możliwości.
- c) Kształtowanie i zrozumienie istoty samodzielności i odpowiedzialności za wykonane zadania i powierzony materiał.
- d) Doskonalenie zdolności manualnych (mała motoryka).
- e) Rozwijanie wyobraźni, kreatywności, cierpliwości.
- f) Podwyższenie poczucia własnej wartości.

5.3. Metody pracy:

Metoda słowna, instruktaż, oglądowa, odtwórcza, ćwiczenia utrwalające.

5.4. Spodziewane efekty - cele:

Uczestnik usprawnił się manualnie, rozwinął swoją wyobraźnię i kreatywność, poszerzył swoje umiejętności poprzez zapoznanie się różnymi technikami plastycznymi.

5.5. Formy pracy:

Indywidualna, grupowa.

5.6. Termin realizacji:

Według potrzeb

5.7. Prowadzący: terapeuta

5.8. Adresaci:

10 uczestników typu A, B, C.

1. Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco – aktywizującego oraz sporządzanie indywidualnych planów i okresowych ocen postępowania, wspierająco-aktywizującego będzie się odbywać na bieżąco, co najmniej raz na 6 miesięcy. Efektem będzie zapewnienie wysokiej jakości usług Ośrodka.
2. Celem zapewnienia prawidłowego prowadzenia dokumentacji zgodnie z wymogami rozporządzenia w sprawie środowiskowych domów samopomocy, wewnętrzna kontrola dokumentacji zbiorczej i indywidualnej uczestników będzie odbywać się 2 razy do roku.
3. Zapewnienie optymalizacji działań wobec osób z zaburzeniami psychicznymi, globalne wsparcie i poprawa funkcjonowania nastąpi poprzez ciągłą współpracę z władzami samorządowymi, instytucjami: ŁUW, SPZOZ, PCPR, OPS, poradniami. Zdrowie i bezpieczeństwo uczestników oraz pracowników jest traktowane priorytetowo.
4. Współpraca z rodziną uczestnika tj. indywidualne kontakty z rodziną uczestnika będą odbywać się na bieżąco. Na obecną chwilę również będzie ograniczona.
5. Wymiana doświadczeń oraz promocja twórczości osób niepełnosprawnych nastąpi w sposób ograniczony ze względu na dobro uczestników, ich rodzin oraz pracowników.

BURMISTRZ

mgr Wiesława Janosik

Zatwierdzono/Burmistrz Miasta Przedborza/

Kierownik
Środowiskowego Domu
Samopomocy w Gaju
mgr Monika Śliż

Podpis/Kierownik ŚDS w Gaju/

RPS - III 9421, 131.2024 z 8.03.2024r.

Uzgodniono z Wojewodą Łódzkim/Nr pisma z dnia/